

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan data primer yang didapatkan dari 98 responden dengan usia dalam rentang remaja akhir, kesimpulan yang dapat diambil sebagai berikut:

1. Gambaran karakteristik usia responden didalam penelitian ini didapatkan sebanyak 26 (26.2%) responden berusia 20 tahun.
2. Distribusi jenis kelamin responden didapat hasil sebagian besar responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 71 (72.4%) responden dan laki-laki sebanyak 27 (27.6%) responden.
3. Responden yang mengalami hipertensi lebih banyak dialami oleh laki-laki sebanyak 9 responden (33.3%).
4. Responden hipertensi lebih banyak dialami oleh responden yang memiliki riwayat keluarga hipertensi (16.2%), mengalami obesitas sentral (25.8%), dalam kelompok status gizi lebih (20.8%), serta termasuk dalam kelompok asupan makan yang kurang (28.6%).
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan nilai  $p$  0.001 terhadap hipertensi dan memiliki nilai OR (8.636), obesitas sentral dengan nilai  $p$  0.022 terhadap hipertensi dan memiliki nilai OR (1.677), status gizi dengan nilai  $p$  0.018 terhadap hipertensi dan memiliki nilai OR (0.425), dan asupan makan dengan nilai  $p$  0.002 terhadap hipertensi dan memiliki nilai OR (8.252).
6. Faktor yang paling berpengaruh terhadap hipertensi adalah jenis kelamin dengan OR (8.636) dan asupan makan dengan OR (8.252)

#### **V.2 Saran**

1. Kepada universitas disarankan untuk melakukan skrining kepada seluruh mahasiswa UPNVJ mengenai faktor risiko sindrom metabolik serta pada

mahasiswa FK dapat dilakukan skrining mengenai setiap komponen sindrom metabolik dapat dilakukannya edukasi untuk seluruh mahasiswa UPNVJ.

2. Diharapkan untuk responden dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa FK UPN “Veteran” Jakarta untuk melakukan pola hidup yang lebih baik seperti: meningkatkan aktivitas fisik, merubah asupan makan dengan gizi yang cukup agar responden dapat terhindar dari faktor-faktor risiko sindrom metabolik.